

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»



Ю.О.Каргина

02.08.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 03 августа 2022 года**

Возрастная категория: 1,6 месяцев – 3х лет  
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	160	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Кофейный напиток	180	116,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>377</b>	<b>485,54</b>
обед	Суп куриный с вермишелью	160	150,85
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	60/20	121,85
	Каша перловая с маслом	110	125,90
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	180	102,2
<b>Итого за обед</b>		<b>605</b>	<b>679,65</b>
полдник	Печенье	12	110,20
	Чай на молоке	180	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>192</b>	<b>226,7</b>
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/20	299,9
	Чай с лимоном	180	116,5
	Апельсин	100	46
<b>Итого за ужин</b>		<b>460</b>	<b>516,22</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1634</b>	<b>1700,10</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

02.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 03 августа 2022 года**

Возрастная категория: от 3х – 7 лет  
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Кофейный напиток	170	116,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>384</b>	<b>459,34</b>
обед	Суп куриный с вермишелью	170	150,85
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	70/20	121,85
	Каша перловая с маслом	120	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	170	102,2
<b>Итого за обед</b>		<b>635</b>	<b>679,65</b>
полдник	Печенье	20	130,10
	Чай на молоке	200	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>246,60</b>
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	116,5
	Апельсин	100	46
<b>Итого за ужин</b>		<b>470</b>	<b>547,2</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1709</b>	<b>1737,29</b>